
METRIC 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15

Qui chomincia la fisicha del maestro Aldobrandino da Siena il quale chonpuose in linghua franciescha della sanita del chorpo de luomo e dira sechuno nenbro per se et fu tralatata in nostro lighuaggio per ser Zuccherro Bencivenni notaio fiorentino e dopo lui lo scrisse i Jachopo di Domenicho vinattiere de seghatorgi di Firenze

E prima de laria quale buona e quale rea chapitolo primo rare luomo — j
Del mangiare chome si dee fare per santa manenere chapitolo — ij
De l bere e della propieta de vini chapitolo — iij
Del dormire chome si dee fare chapitolo — iiij
De ~~l mangiare~~ travalgliare e del ripo fare chome si dee fare chapitolo — v°
Del bangniare e lla chonparigione de bangni chapitolo — vj°
Chome si dee usare e abitare chon femina chapitolo — vij
Chome luomo si dee ghuardare da cruccio e dira chapitolo — viij
Del trarre sanghue chome si dee fare chapitolo — viiij
De le ventose e chome luomo si dee ventare chapitolo — x
A quale chosa le sanghisughe cioe sono mignatte sono buone chapitolo — xj
Chome luomo si dee purghare e in che tenpo per la nta ghuardare chapitolo — xij
Del vomire e chome si dee tu fare chapitolo — xiij
Chome luomo si dee ghuardare da pistolenza chapitolo — xiiij
Chome luomo dee ghuardare suo chorpo in ciaschenai stagione de lanno chapitolo — xv
Di chonoscere le citta e luoghi per piu sanamente dimorare chapitolo — xvj

Domenedio per sua grande possanza tutto il mondo à istabi
lito i pose nel cielo .iiij. alimenti cioè la terra l'ag
ua l'aria e 'l fuocho e sì gli piacque che tutte queste
altre chose della luna ingiù so fossino e fieno fa
tte per sua virtute e per la virtù di questi .iiij. alimenti
sichome so' erbe albori uccelli e tutti bestij
e pesci uomini e fece primieramente tutte que
ste chose inanzi ch'egli facesse l'uomo e l'uo
mo fece egli a ttagego a sua senbianza per la più
nobile criatura ch'egli potessi fare in terra
e sì gli donò la singnoria in terra di tutte le chose
le quali egli avea primieramente fatte e
volle che tutte fossono a l'uomo ubidienti perchè
egli è altressì chome fine di tutte le chose sicho
me disse Aristotile che la fine è la migl
ior chosa in tutte l'opere e per la fine fa l'uomo
ciò ch'egli fae. Ora dovete adunque sapere poi che
tutte chose son fatte di questi sono fatte de .iiij. ali
menti sichome detto avemo e perciò che questi .iiij. ali
menti si mutano tuttavia l'uno nella natura dell'al
tro e si chorronpono adunque che tutte le chose che
sono fatte di questi .iiij. alimenti in giovanezza e
in vecchiezza si chanbiano e non possono in uno ista
to dimorare. Sì dunque poi che l'uomo è di questi
.iiij. alimenti ingienerato e fatto in non di tale
maniera chome sono le stelle e gli angieli che
sono tutti in uno istato e non si chanbiano chonviene
ch'egli si muoia a tanto chome egli vive si gli abbi
di giorno in giorno che già in uno istato non potrà dim
orare e perciò il suo stato singniore Iddio donò a llui
sichome a lla più nobile creatura una iscienzia
che l'uomo chiama fisicha per la quale egli si ghu
ardassi la santade ch'egli donò primieram
ente e potesse tenere la tte rimuovere e sichi
fare e notate che lla fisicha è fatta principal
mente per la santade guardare ma non sì anno bu
o stra intenzione che lla fisicha sia iscienzia
per fare vivere l'uomo vivere perpetualmente anzi
è fatta per chondurre l'uomo in fino alla morte
naturale e sappiate che lla morte naturale
sie LXX anni per natura e più e meno alla volontà
d'Iddio e a dritta ragione chome cioè che tanto tenpo
chome l'uomo mette a crescere in forza in biltà e
in vighore altrettanto tenpo chonviene ch'egli

piate primieramente che chi ssi vuole purghare per
medicina al torre sanghue si chonviene che egli lo faccia
a nella primavera e nella autunno di settenbre perche
questi sono gli tenporali e lle stagioni ne' quali gli omori
piu abondano sichome dice ypocras e 'l giorno lo quale si de' to-
rre sanghue de' essere chaldo e umido cioe ne troppo freddo n-
e troppo chaldo e l'ora del di de' essere chaldo e umida a
prima e chonviene che egli si a voto di sue fluità sicho-
me d'orina e d'altra chosa far anchora dice il maestro e ap-
presso quando egli sara sengniato si chonviene guar-
dare di dormire il giorno pero che 'l dormire rimiene il chaldo de-
ntro dal chorpo che fa il sanghue ischaldare e bollire per l-
a qual chosa la vena si potrebbe leggiermente aprire e rinsa-
nghuinare la onde potrebbono venire febbri e enpimento di
menbri sichome dice avicenna e non si de' l'uomo bangni-
are innanzi il torre sanghue pero che l'uomo ne diviene piu
pesante e ingrossa il buccio della charne salvo solamen-
te choloro che anno il sanghue grosso pero che 'l bangnio il fa
divenire piu sottile e non chonviene troppo mangiare appre-
sso cio che l'uomo fae isciemato sanghue anzi gli chonvien-
e mangiare pocho ordinatamente e buone vivande leggie-
ri e cio de' fare il sechondo giorno e 'l terzo e poi appresso be-
e ritornare a cio che egli e usato pero che grande ghuardia
gli chonviene fare di non mangiare e di non bere troppo dopo
il torre sanghue pero che 'l chalore naturale e sie debolito
si potrebbe amortire si chome i spiritello fuocho s'amorta per
troppa grande abondanza di legnie anchora chonviene
che l'uomo prenda ghuardia a torre sanghue di farsene torre
tanto quanto sua natura puo portare e vale meglio ispesso
torre sanghue chatuna volta farsene sciemare e chonvi-
ensi il sanghue riguardare che s'egli e chiaro e ten-
ghavi pocho di biancho chosi chome di cholore di rosa si allo-
stangni pero che quello si e il sanghue ~~del~~ dove il chalore
naturale si nodrisce ma se il sanghue e grosso e nero si
lascierai uscire e sia la piagha di state istretta e d'iver-
no largha imperocche la largha purgha meglio il gro-
sso sanghue il verno e d'iverno si e piu grosso il sang

ge che di state avegna iddio ch'egli si faccia piu tosto a stitolne percio che lla nota
piu gli omori degli spiriti e smaglio a coloro che anno abbondanza di grosso sangue e reo
avegna che 'l torre sangue non e buono a coloro che anno abbondanza di reo e di grosso san-
gue s'egli nel famo prima si bagnare e pasture cose sottile che si come disse avicenna a chi a
abbondanza di reo e grosso sangue il torre sangue nota primeramente il meglore e il piu
grosso lascia percio che 'l buono e sottile e piu apparecchiato all'uscire e conviene che 'l tor-
re sangue sia in oscuro luogo e fresco e abbiate a mente che se al primo colpo non puote
avere del sangue ch'egli no se faccia piu fedire se grande mestiere non a percio che
apostima no potrebbe avenire e potrebbe il nerbo fedire onde molti pericoli n'avve-
nghono. Onde per questi pericoli schifare si diviseremo. le vene che nel corpo dell'uo-
mo sono posate di segnare e che si fanne di segnare. E in quale luogho elli sono. E qua-
li sono a merli mischiare. E a che elle fanno bene le vene che sono da segnare sie una
vena che e nel mi luogo della fronte e due vene che sono nelle tempie e due vene
che sono di dietro agli orecchi di verso il naso. E due vene di sotto alla lingua. E quattro
sono nelle labbra due di sotto e due di sopra. E una vena che in fra le labbra e 'l mento. Nel
braccio sono vene che l'uomo segna si come quella del capo quella dal mezo cioe quell-
a del cuore. Quella del feghato quella della milza nelle mani sono anchora quel-
le del fegato quelle della milza. E quella del chapo. Nel ventre sia due vene una
che di sopra al feghato. E un'altra che di sotto alla milza. Ne' piedi sono due vene sot-
to i talloni dal lato di fuori che lla fisicha appella sciathice e altre due v'a e dentro sotto
i talloni che lla fisicha appella sephene e anchora v'a e due vene le quali sono sotto
le giunture del dito grosso e queste vene ch'io v'o dette sono posate di segnare. Ora
vi diviseremo a che elle fanno bene segnandole. Sappiate che lle vene sopra dette
si e una partita che lla fisicha appella arteria. E queste sono le vene che battono
l'altre che no battono sono appellate propia mente vene. E di queste vene sie l'una
quella della testa che e tra amendue le ciglia. La quale vena chi lla vuole segnare
si gli conviene la gola strignere chon una tovagliuola sotti le per meglio vederla. Et
conviene che questa vena segnata in traverso. E anchora tutte l'altre vene che sono
nella testa salvo quelle che sono di dietro dagli orecchi. Et segnare di questa vena sie
buono a dolori e a lunghe malattie. E a dolori che sono nel collo e nella gola e a lun-
ghe malattie degli occhi. Le due vene delle tempie che lla fisicha appella arteria
percio che elle di battono alchuna volta le fae il savio fisicho segnare e incendere a-
presso per lo troppo lagrimare e per la rema e per altre malattie che agli occhi avenghono
le vene che sono arterie che sono di dietro agli orecchi si se ne fae l'uomo segnare qua-
ndo la lena comincia in grossare a choloro che cominciano a divenire lebbrosi. prema
e per postema e per altre malattie assai che agli occhi avenghono. Et queste due vene

seremites castri pesci diquali simiglianza che secondo igiudicamento dighalieno
nō sono convenevoli allo stomaco ma chi usare gli vuolesse conviene che sieno freschi
e nodriti in buono luogho Et questi sono gli insegnamenti che sapere sappertiene
generalmente di tutti pesci marini e dacqua dolce

Huova di loro natura e complexione . Capitolo c lxvj

Huova sono di loro natura temperate ma perche generalmente elle sono di dive-
rsa sustanza si come lalbume e il tuorlo si sappiate che il tuorlo e chaldo e humido
temperatamente e però sono le tuorla convenevoli a natura duomo lalbume sie
freddo e humido e cuocesi tardi allo stomaco e per sape bene la natura delluova si ti
conviene sapere chella natura delluova si diversificha in quattro maniere. la prima
sie per la diversita degli uccelli chelle fanno la seconda per lo tempo di loro la terza per
freschezza e per le stantie di loro vecchezza. la quarta per lapparecchiamento chelluo-
mo ne fa per mangiarle. la prima diversitade che aviene per gli uccelli chelle fanno
sie chelluova che sono duccelli di buona complexione e nō sono troppo magri si
sono migliori e maggiormamente quelle della ghallina e della pernice che queste so-
no luova che meglio nodrischono e quelle che migliore sangue ingenerano e
che piu sono convenevoli a natura duomo appresso queste sono luova dellani-
tre avegna iddio chelle dieno male nodrimento dopo questo sono luova de-
llocha le quali sissi cuochano bene alla forcella si nodrischono piu chellaltre ma
elle sono grosse e pesante e ingrossano e enfiano la forcella e quelle che peg-
giori sono a usare sono quelle dello struzzolo e sopra tutte laltre sono quelle de-
l paone e sono meno convenevoli a natura duomo per ciò chelle sono pesante
e di male odore e ingenerano grossi omori e velenosi luova della passera sono
sopra tutte laltre piu chalde e appresso quelle del colombo la diversitade che
aviene per lo tempo sie di quelle che sono di giovani uccelli vagliono meno e me-
glio nodrischono che quelle di vecchi la terza diversitade e ciò chelle sono
fresche o stantie o vete Et quelle che sono in quel mezzo si vagliono meglio